

## دیابت چیست؟

دیابت ملیتوس که با عنوان دیابت شناخته می شود با افزایش سطح قند خون ناشی از کاهش ترشح انسولین و یا اختلال عملکرد انسولین و یا هر دو مشخص می شود.

## انواع دیابت

- ✓ دیابت نوع 1
- ✓ دیابت نوع 2
- ✓ دیابت بارداری

## 1 دیابت نوع یک

دیابت وابسته به انسولین

## 2 دیابت نوع دو

دیابت بزرگسالان



## دیابت نوع 1:

5 تا 10 درصد از موارد ابتلا دیابت را به خود اختصاص می دهد، در دیابت نوع 1 پانکراس قادر به ساختن انسولین نمی باشد. بدن همچنان از طریق مصرف غذا ، گلوکز ( قند ) دریافت می کند اما گلوکز نمی تواند وارد سلول شود . برای حل این مشکل فردی که به دیابت نوع 1 مبتلاست نیاز به دریافت انسولین از طریق تزریقات منظم دارد.

## دیابت نوع 2:

90 تا 95 درصد دیابت را به خود اختصاص می دهد . در دیابت نوع 2 پانکراس انسولین می سازد ولی ترشح آن کاهش یافته و یا به درستی در بدن عمل نمی کند. زیرا سلول ها نسبت به عمل انسولین مقاومت می کنند که دلیل اصلی این مقاومت چاقی و اضافه وزن است.

## دیابت بارداری:

بروز آن در طی حاملگی و معمولاً در سه ماهه دوم یا سوم می باشد، علت آن ، ترشح هورمون های جفت است که باعث مهار عملکرد انسولین می شود. ممکن است در حاملگی های بعدی نیز عود کند میتواند منجر به دیابت نوع 2 شود ( 30 تا 40 درصد موارد)

## علائم هشداردهنده ابتلا به دیابت:

1. پراداداری
2. پرخوری
3. پر نوشی ( تشنگی بیش از حد )
4. احساس خستگی زیاد
5. کاهش وزن



## علائم افت قند خون:





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی  
استان قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

## دیابت ملیتوس



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

## مراقبت های مهم در دیابت:

### مراقبت از چشم :

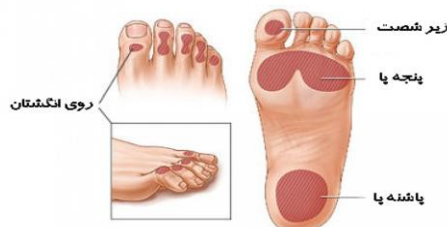
- ❖ مراجعه به چشم پزشک حداقل سالی دو بار
- ❖ اطلاع به پزشک در صورت تاری دید و دیدن خطوط سیاه یا مگس پران

### مراقبت از کلیه ها:

- ✓ کنترل قند خون و حفظ آن به کمتر از 180
- ✓ چکاب سالیانه و درمان عفونت ادراری در صورت وجود

### مراقبت از پاها:

- معاینه روزانه کل پا از کف پا تا بالای زانو
- صاف گرفتن ناخن ها
- چرب نگه داشتن پاها به جز لای انگشتان
- استفاده از دمپایی رو فرشی در منزل
- استفاده از کفش طبی و راحت ( ترجیحا چرم )
- تکان دادن کفش جهت خروج سنگریزه قبل از پوشیدن
- پرهیز از قرار دادن پا در کنار وسایل گرمازا مثل بخاری و کرسی و ....
- پرهیز از تماس کف پا با اجسام داغ



## تشخیص دیابت:

### قند خون طبیعی

قند خون ناشتا: کمتر از 100 میلی گرم در دسی لیتر  
تست تحمل گلوکز خوراکی: کمتر از 140 میلی گرم در دسی لیتر

### قند خون در مرحله پیش دیابت:

قند خون ناشتا: 100-125 میلی گرم در دسی لیتر  
تست تحمل گلوکز خوراکی: 199-140 میلی گرم در دسی لیتر

### قند خون در فرد مبتلا به دیابت:

قند خون ناشتا: بیشتر از 126 میلی گرم در دسی لیتر  
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 200 میلی گرم در دسی لیتر

### قند خون در فرد مبتلا به دیابت بارداری:

### در فردی که دیابت ندارد :

قند خون ناشتا: بیشتر از 92 میلی گرم در دسی لیتر  
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 125 میلی گرم در دسی لیتر

### در فردی که دیابت دارد:

قند خون ناشتا: بیشتر از 95 میلی گرم در دسی لیتر  
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 129 میلی گرم در دسی لیتر